



BACTÉRIAS PROBIÓTICAS E SEU PAPEL NA SAÚDE HUMANA

RODRIGO PANNUNZIO

INTRODUÇÃO: As bactérias probióticas são microrganismos vivos que, quando administrados em quantidades adequadas, conferem benefícios à saúde do hospedeiro. Nos últimos anos, houve um crescente interesse na compreensão do papel das bactérias probióticas na saúde humana. Estudos demonstram que essas bactérias podem influenciar positivamente o equilíbrio da microbiota intestinal, modular a resposta imunológica e fornecer proteção contra infecções. Portanto, é importante revisar sistematicamente a literatura disponível para avaliar o impacto das bactérias probióticas na saúde humana. **OBJETIVOS:** O objetivo desta revisão sistemática é avaliar o papel das bactérias probióticas na saúde humana, enfocando sua influência na resposta imunológica. Além disso, busca-se analisar os efeitos da suplementação de bactérias probióticas em diferentes condições de saúde. **METODOLOGIA:** Foi realizada uma revisão sistemática da literatura, com busca em bases de dados on-line, incluindo artigos publicados nos últimos 10 anos. Os critérios de inclusão consideraram estudos que investigaram os efeitos das bactérias probióticas na resposta imunológica em seres humanos. Foram selecionados estudos clínicos randomizados, ensaios controlados e revisões sistemáticas. Foram analisados os resultados desses estudos em relação aos efeitos das bactérias probióticas na modulação da resposta imunológica e na prevenção de doenças. **RESULTADOS:** Os estudos revisados indicam que as bactérias probióticas podem modular a resposta imunológica, tanto localmente no trato gastrointestinal quanto sistemicamente. Esses microrganismos têm a capacidade de estimular a produção de citocinas anti-inflamatórias, regular a atividade de células imunológicas, fortalecer a barreira mucosa e competir com patógenos por sítios de adesão. Além disso, a suplementação de bactérias probióticas mostrou-se promissora na prevenção e tratamento de distúrbios imunológicos, como alergias, doenças inflamatórias intestinais e infecções respiratórias. **CONCLUSÃO:** Com base nos resultados desta revisão sistemática, pode-se concluir que as bactérias probióticas desempenham um papel relevante na saúde humana, especialmente na modulação da resposta imunológica. A suplementação com bactérias probióticas pode ser uma estratégia eficaz para fortalecer o sistema imunológico e prevenir doenças relacionadas à imunidade. No entanto, é necessário realizar mais estudos para melhor compreender os mecanismos de ação das bactérias probióticas e estabelecer protocolos de suplementação adequados para diferentes condições de saúde.

Palavras-chave: Bactérias probióticas, Resposta imunológica, Saúde humana, Suplementação, Microbiota intestinal.